

Kağız, tabaşir yemək, kerosin, neft iyini xoşlamaq bu problemdən əziyyət çəkənlərin qəribə davranışları sırasında. Yaxud onların əl, ayaq barmaqları soyuq olur. Söhbət anemiyadan - qanazlığından gedir.

"Səhhət" rubrikasında qonağımız olan B.Ə. Eyvazov adına Elmi Tədqiqat Hematologiya və Transfuziologiya İnstitutunun klinik diaqnostika laboratoriyasının müdiri Elxan Nağıyevlə bu mövzu ilə bağlı söhbətləşdik.

O, müsahibədən öncə belə bir məlumatı bölüşdü: "İnsan orqanizmi çox mükəmməl qanyaratma sistemine malikdir. Bir dəqiqə ərzində insan orqanizmində 300 milyona qədər qan hüceyrəsi əmələ gəlir. Həmin miqdarda da qan hüceyrəsi itir. Bunun çox mükəmməl özünü-tənzimləmə prinsipi var. Bütün qan hüceyrələri sümük ilişi mənşəlidir. Bu o deməkdir ki, bütün qan hüceyrələri sümük ilişində əmələ gəlir. İnsan anadan olduqdan son-

- Başqa hansı əlamətləri var?

- Həmin adamlar bəzən kağız, tabaşir yeyir, kerosin, neft iyi onlara çox xoş gəlir.

- Anemiyanın hansı növləri var və bizdə ən çox hansına rast gəlinir?

- Qan azlığının tibbdə təsnifatı iki cür aparılır. Birincisi, qanıtirmə ilə bağlıdır. Bura kəskin və xroniki qanaxmalardan sonra yaranan qan azlığı aiddir. İkincisi isə, eritropoyezin pozulması (qan əmələ gəlməsinin pozulması) nəticəsində əmələ gələn qan azlığıdır. İkinci qrupun özü də bir neçə yerə bölünür. Dəmir çatışmazlığı olan anemiya var. Dünyanın dördüdə biri bundan əziyyət çəkir. Xroniki xəstəliklərin anemiyası var. Talassemiya daşıyıcıları ilə bağlı olan anemiyalar var, onlar hemolitik anemiyalardır. Ümumiyyətlə, anemiyalar ikincili problem kimi, hansısa xəstəliyin səbəbi olaraq ortaya çıxır.

- Burda yaşa və cinsə görə norma necə dəyişir?

- Anemiya qanın vahid həcmində eritrositlərin və hemoqlobinin konsentrasiyasının azalması nəticəsində yaranan prosesdir. Yeni eritrositlər və hemoqlobin qanın



dır.

- Anemiya ümumilikdə necə bir problemdir?

- Anemiya, ümumilikdə, xoşxassəli xəstəlikdir. Kökünü bağli məsələdir.

- Qan azlığının xoşxassəli olduğunu dediniz. Yeni orqanizm həmişə bunun öhdəsindən gələ bilər?

- Qan azlığının kompensasiya, subkompensasiya və dekompensasiya kimi növləri var. Birincide orqanizm özü öhdəsindən gəlir. İkinci orta dərəcədir. Sonuncuda isə orqanizm bacara bilmir. Ürəkgetmə, baş gicəllənmə, yixılma halları meydana çıxır.

- Burda müalicənin nəticəsi uzunmüddətli dövrdə həll olunur, yoxsa qısa müddətdə də nəticə əldə etmək mümkündür?

- Baxır hansı növdür. Dəmir çatışmazlığı anemiyadırsa, burda müalicə ilə bir aya müəyyən nəticə əldə etmək mümkündür. O qədər də çox müddətə ehtiyac qalmır. Dediym odur ki, burda önəmli olan qan azlığının səbəbidir.

- Qan azlığı olanlar qan verə bilərlər?

- Qan verməmişdən əvvəl hər bir donor həkim müayinəsindən keçir. Təzyiqi, şəkəri və qanda hemoqlobinin miqdarı ölçülür. 18-65

yaş arası sağlam adam qan verə bilər. Amma qanda hemoqlobinin miqdarına da baxılır. Əgər hemoqlobinin miqdarı müəyyən qədər aşağıdırsa, o adamlardan, demək olar ki, qan götürülmür. Məsələn, qadınlarda 120-140 arası normaldır. Əgər 105-110 qram litrdirsə, qan azlığı sayılır və ondan qan götürülmür. Kişilər üçün də elə. Kişilərdə aşağı hədd 130-dur. 120-dən aşağı göstəricidirsə, onlar qan verə bilməzlər.

- Uşağın gözü ağrıyır, həkimə aparırlar, gözündə problem olur. Sonra məlum olur ki, gözə ağrını verən qan azlığıdır. Qan azlığından dolayı orqanlarda bu tipli ağrılar olurmu?

- Təbii ki. Qanın funksiyası toxumalara oksigenli və qidalı maddə daşımaqdır. Əgər qanın bir mikrolitridə eritrosit və hemoqlobinin miqdarı normal deyilsə, o, nə kifayət qədər oksigen daşıya biləcək, nə də qidalı maddələr. Qan azlığı yarananda bəzi orqanlarda toxumaların qanla təchizi pozulur, bu zaman isə toxumalarda dəyişiklik baş verir. Ağrı da toxumanın "fəryadıdır".

- Belə fikirlər səsləndirilir ki, qan azlığı xərcəngə gətirib çıxaran faktorlardandır. Bu fikir doğrudurmu?

- Şiş xəstəliklərinin etiologiyasında, patogenizində toxumaların qan təchizatının pozulması var. Ümumiyyətlə, bütün xəstəliklərdə bunu deyə bilərik. Amma birbaşa qan azlığının xərcəngə səbəb olduğunu demək olmaz. Çünki qan azlığının növləri çoxdur. Qan azlığının xərcəngə səbəb olduğunu iddia etmək doğru olmazdı.

- "Şokolad qan gətirir" deyirlər. Şokoladın burda rolu nə dərəcədədir?

- Şokolad qan artırır.

- Bəs niyə qan itirən, qan verən adama şokolad verirlər?

- (Gülür) Ümumiyyətlə, belədir ki, qan itirən, qan verən adama şirniyyat verirlər. Çünki beyin toxumalarının qidalanmasında şəkərin böyük əhəmiyyəti var. Həmin müddətdə özündən gedən, qan itirən adama şirniyyat verilir ki, beyin toxumalarının qanla təchizatı yaxşılaşsın. Orda qan artırmaqdan söhbət getmir.

## Kağız, tabaşir yeyirsinizsə, kerosin, neft iyini xoşlayırsınızsa...

Elxan Nağıyev: "Qan azlığının xərcəngə səbəb olduğunu iddia etmək olmaz"

### Aygün Asimqızı

ra yeganə qanyaradıcı orqan qırmızı sümük ilişidir. 3-4 yaşına kimi qan bütün sümüklərdə, sonrakı dövrlərdə isə məsaməli və borulu sümüklərin epifizində əmələ gəlir.

Eritrositlərin yaşama müddəti 100-120 gündür. Amma trombositlərin (qanı laxtalandıran hüceyrələr) 8-10 gündür. Ağ qan hüceyrələrin yaşama müddəti 8-10 saatdır".

- Həkimlər yox, elə adi adamlar da birinin üzünə baxıb "qanın azdır" deyər diaqnoz qoya bilərlər. Maraqlıdır, üzə baxmaq-la bunu nə dərəcədə müəyyənləşdirmək olur?

- Qan azlığı ilə bağlı xəstələr müayinə olunan zaman ilk olaraq, habbitus dediyimiz bir baxış olur. Bu zaman pasientlərin vizual görüntüləri analiz edilir. Elə qanazlığı var ki, xəstənin dirnağının rəngi normal olmur, ağ rəngə çalır. Yaxud gözün selikli qişasının, dodağın rəngi avazıdır. Bunlar qan azlığından xəbər verən ilkin əlamətlərdir. Eyni zamanda saçın, dirnaqların qırılması, tənqəfəslik, ürəkbulanma, bunların hamısı qanazlığından xəbər verən kilinik əlamətlər sayıla bilər. Sırf üzə gəldikdə, dəri və selikli qişaların rəngi önəm kəsb edir. Amma kiminsə dəri rəngi çox ağdırsa, buna əsasən qanazlığı diaqnozu qoymaq da düz deyil. Mütəxəssis üzə baxanda, təbii ki, onda müəyyən fikir formalaşmış olur.

- Bəs əlləri, ayaqları soyuq olanlar necə?

- Qan azlığının klinik əlamətlərindən biri də bunlardır. Qan azlığının əksər növlərində qan təchizatının pozulması nəticəsində qan hüceyrələrinin oksigeni daşıma prosesi zəifləyir. Oksigeni daşımayan toxumalarda - əsasən də periferik orqanlarda soyuqluq hissi əmələ gəlir. Əl və ayaq barmaqlarının ucları da periferik orqanlardır.



vahid həcmində azaldıqda, buna qan azlığı deyirik. Müəyyən yaş qruplarına və cinsə görə qanda bu eritrositlər və hemoqlobinin miqdarı fərqli olur. İnsan anadan olduqdan sonra 3 ayılıqdan 5 yaşına kimi orqanizmdə hemoqlobinin miqdarı normalda 110 qram litr olmalıdır. 5-12 yaşa kimi 115 qram litr, 12-15 yaş arası 120 qram litr normaldır. 15 yaşından yuxarı isə bizim regionda - qadınlarda 120-140 qram litr, kişilərdə 130-160 qram litr normal sayılır.

- Bu normada rəqəm dəyişikliyi necə gəndə, qan azlığı hesab olunur?

- Qan azlığı da təsnifatlaşdırılıb. 90 qram litr yüngül qan azlığı hesab olunur. 70-90 arası orta dərəcə, 70-dən aşağı isə ağır dərəcəlidir. Ümumilikdə isə hemoqlobinin 10 qram litr aşağı olması həm kişilərdə, həm də qadınlarda qanazlığı sayıla bilər.

- Ən çox rast gəlinən dəmir çatışmazlığı olduğunu dediniz. Bunun səbəbi nə ilə bağlıdır?

- Onun da kökündə düzgün qidalanmamaq durur. Sağlam olmayan dietalar da buna gətirib çıxaran səbəblərdəndir. Məsələn, qırmızı ətəin tərkibində dəmir var. Bəzən insanlar dieta saxlayanda qırmızı ətdən istifadə etmirlər. Amma bu, əvəzi olmayan amin turşularıdır. Dəmiri, əsasən ətəin tərkibindən alırıq. Qarabaşaq yarmasının, müxtəlif meyvələrin də tərkibində dəmir var. Eyni zamanda mövsümdə təzə meyvə-tərəvəzlərlə qidalanmaq lazımdır.

- Qan azlığı problemi yaşamamaq üçün ümumilikdə, gündəlik qidalanmada nələrə riayət etməliyik?

- Ümumiyyətlə, düzgün qidalanmaq sağlamlığın rəhnidir. Bu sualı daha geniş yayılmış dəmir çatışmazlığı, B12 - Fol turşusu çatışmazlığı anemiyalara aid etsək, bu növ qanazlığının yaranmamağı üçün qida rasionumuzda qırmızı ət, bizim öz coğrafi məkanımızda yetişən təzə meyvə və tərəvəzlərin əksəriyyəti çox vacib qidalardan-

